Nr. 9. Kraków, 1 Sierpnia 1909. Rok VIII.

PRZEGLĄD ZDROJOWO-KĄPIELOWY

i

Przewodnik turystyczny

ORGAN I WŁASNOŚĆ POLSKIEGO TOWARZYSTWA BALNEOLOGICZNEGO.

Czasopismo ilustrowane. — Wychodzi od 15-go kwietnia do 1-go października

pod redakcyą

Dra Jana Frączkiewicza, Dra Zenona Pelczara, Dra Zygmunta Wąsowicza i Dra Józefa Zanietowskiego.

Redakcya: **Kraków, Jabłonowskich 2.** Tel. 2016/VIII.
Administracya: **Kraków, Rynek 34.** Telefon 785.

Prenumeratę przyjmują księgarnie i Zarządy zdrojowe.

Warunki prenumeraty z przesyłką pocztową:

	w Austryi	w Niemczech	w Król. Pol. i Rosyi.
Rocznie	6 K — h.	6 Mk — fen.	3 Rb — kop.

„Przegląd zdrojowo-kąpielowy“ znajduje się w pociągach osobowych i pospiesznych oraz we wszystkich kawiarniach, cukierniach, hotelach i restauracyach. P. T. Lekarzom w Galicyi, W. Ks. Poznańskiem i Królestwie Polskiem Przegląd rozsyła się bezpłatnie.

Ceny ogłoszeń:
Ogłoszenia za 1 wiersz petitowy lub jego miejsce 40 h. Nadesłane za wiersz garmondu lub jego miejsce 1 kor.
Ogłoszenia prócz Administracyi przyjmuje R. Mosse i Haassenstein w Wiedniu.

Numer Rabczański.

Popierajmy polskie zdrojowiska i uzdrowiska!

I. Solanki:

a) **pojedyncze:**
Birsztany, Druskieniki, Rymanów (zdr. Klaudyi).
b) **jodowo-bromowe:**
Ciechocinek, Iwonicz, Rabka, Rymanów (zdrój Celestyny i Tytusa).
c) **litowe:**
Rabka, Iwonicz, Rymanów.
d) **żoły (zgęszczone):**
Ciechocinek, Rabka, Truskawiec.

II. Wody gorżkie:

Morszyn.

III. Wody siarczane:

Busko, Krzeszowice, Lubień, Niemirów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.

IV. Szczawy

a) **alkaliczne:**
Głębokie.
b) **alkaliczno-słone:**
Krościenko n. Dunajcem, Szczawnica, Wysowa.
c) **wapniowe:**
Drużbaki, Nałęczów.
d) **żelaziste:**
Krynica, Nałęczów, Sławinek, Szczawnica, Wysowa, Żegiestów.

V. Cieplice:

Jaszczurówka koło Zakopanego.

VI. Kąpiele morskie:

Połąga.

VII. Uzdrowiska i stacye klimatyczne:

a) **górskie i podgórskie:**
Bystra, Delatyn, Dora, Jaremcze, Jaworze, Kosów, Ojców, Ustroń, Wisła, Worochta, Zakopane, Zawoja.
b) **nizinne:**
Czarniecka Góra, Grodzisk, Otwock, Sassów, Sławuta.

Dr. E. SUPIŃSKI
lekarz zdrojowy.

ZDROJOWISKO RABKA

(solanka jodo-bromowa)

jej rozwój i urządzenia lecznicze.

Pierwszą wzmiankę o słonych źródłach rabczańskich znajdujemy u Długosza w „Liber beneficiorum". Znane już w XIII wieku, należały one wówczas na podstawie przywileju Bolesława Wstydliwego do klasztoru OO. Cystersów w Szczyrzycu — służyły zaś wyłącznie do warzenia soli.

Za czasów Zygmunta Augusta, otrzymał jeden z mieszczan Oświęcimskich przywilej na założenie gwarectwa, mającego trudnić się kopaniem szybów i warzeniem soli ze źródeł rabczańskich. Slady górniczej pracy tego gwarectwa, pozostały w głębokich szybach, z których późniejsi właściciele Rabki i okoliczny lud wydobywali wodę słoną i warzyli sól — więcej na własne potrzeby zapewne, niż w celach przemysłowych.

Po zajęciu Galicyi przez Austryę, wobec zmonopolizowania przez rząd eksploatacyi soli, źródła rabczańskie kazano zamknąć, a głębokie studnie zasypać.

Dopiero w roku 1858 Towarzystwo naukowe krakowskie po długich staraniach uzyskało od rządu pozwolenie na tymczasowe ich odkopanie i zbadanie. Na podstawie rozbioru chemicznego, zaliczono wody ze źródeł rabczańskich do rzędu solanek jodo-bromowych — a w pracy swej zamieszczonej w rocznikach Tow. nauk. krak. z roku 1859, podnosi prof. Skobel nie tylko wartość leczniczą tych wód i ich obfitość, ale zarazem bardzo korzystne warunki klimatyczne samej miejscowości, nadającej się do założenia zakładu zdrojowo-leczniczego. Po uzyskaniu odpowiedniego pozwolenia, zaczęło zdrojowisko rabczańskie powoli się rozwijać. Oczyszczono jeden z dawnych szybów, który nazwano źródłem Kazimierza — a w poszukiwaniu za innymi odkryto nowe źródła nazwane: źródłami Maryi, Rafaeli i Krakusa. — Zbudowano łazienki i kilka domów mieszkalnych. W pierwszym roku otwarcia zakładu zdrojowego, miał on 120 chorych, dla których wydano 2.040 kąpieli. Cyfry te rosły wprawdzie w latach następnych, ale powoli — zdrojowisko bowiem rozporządzając małymi funduszami inwestycyjnymi, w braku dogodnej komunikacyi i fachowego kierownictwa, z trudnością wywalczało sobie wśród krajowych zdrojowisk stanowisko odpowiadające wartości leczniczj jego wód mineralnych.

Właściwy rozkwit zdrojowiska datuje się dopiero od wybudowania linii państwowej kolei, która połączyła Rabkę z siecią kolejową Galicyi — zwłaszcza zaś od roku 1895, kiedy obecny współwłaściciel Rabki Dr. Kazimierz Kaden obejmując zakład, jako wytyczną swej działalności, postawił sobie podniesienie zdrojowiska na wyżynę nowoczesnych wymagań. Nie zrażony bardzo trudnymi warunkami w jakich znalazło się zdrojowisko po śmierci swego założyciela ś. p. Zubrzyckiego, starał się postawić je pod każdym względem na stopie pierwszorzędnej i wywalczyć mu należne uznanie.



Rabka: Wjazd do zakładu.

Pierwsze prace skierowano ku źródłom mineralnym, które pogłębione, trwałymi ujęte cembrowinami, obficie odpłaciły się przybytkiem wody mineralnej. Wielkim nakładem pracy pogłębiono i świeżo ujęto źródła Krakusa, Rafaeli i Maryi.

Źródło Kazimierza, znajdujące się na dnie 63 mtr. głębokiej studni, ujęto podwójną cembrzyną, aby je zabezpieczyć przed dopływem zaskórnej wody. Po uporządkowaniu i zabezpieczeniu źródeł, wybudowano jeszcze jeden podziemny betonowy zbiornik na wodę mineralną do kąpieli służącą — i połączono siecią rur zbiorniki z jednej strony ze źródłami, z drugiej zaś z kotłami do ogrzewania.

Wobec stale zwiększającej się frekwencyi, wybudowano nowy budynek łaziebny, mieszcząc w nim łazienki II. klasy z wannami drewnianemi, pokostowanemi lakierem

emaliowym — w dawnym zaś budynku łaziebnym, po ułożeniu w nim posadzki kamiennej „terazzo“ urządzono łazienki I. klasy z wannami: porcelanowemi, marmurowemi, żelaznemi emaliowanemi i metalowemi. W tym samym też budynku urządzono łazienki do kąpieli borowinowych i kabinę do procedur hydropatycznych i masażu. Wszystkie łazienki obszerne, dobrze oświetlone, łatwo przewietrzać się się dające, o ścianach bielonych, dają gwarancyę największej czystości. Po tych inwestycyach, przyszła kolej na domy mieszkalne — praca herkulesowa — zważywszy, że po śmierci założyciela zakładu, następcy jego prowadzili gospodarkę dewastacyjną. W ciągu kilku lat, domy prawie wszystkie przebudowano i rozszerzono, dodając do mieszkań liczne werandy — dobudowując kuchnie pomieszczone w osobnych budynkach przy domach mieszkalnych, a usuwając częściowo stare, zużyte umeblowanie, stopniowo wprowadzano we wszystkich domach nowe urządzenia mieszkań, wygodne i bardzo przyzwoite. Niedługo okazała się potrzeba zbudowania nowych domów i stanęły kolejno wille: „pod Warszawą“, „Nowy dwór“ i „Antonina“ które urządzone z wszelkimi wygodami — niektóre mieszkania nawet zbytkownie.

Idąc niestrudzenie naprzód w kierunku nowych inwestycyi, zaprowadzono oświetlenie elektryczne wszystkich domów i całego terenu zdrojowiska. Równocześnie urządzono też na źródłach elektromotory z odpowiednimi pompami do pompowania solanki do zbiorników i do solarni, celem wywarzenia soli. Motor parowy poruszający dynamo maszynę, obsługuje równocześnie pompy prowadzące wodę ze zbiorników na kotły do ogrzewania — przez co proceder przygotowania i wydawania kąpieli solankowych zyskał bardzo wiele na czasie i dokładności.

Mimo bliskości lasów szpilkowych i pięknych nie męczących wycieczek w okoliczne góry, czuć się dawał w Rabce brak odpowiednich spacerów w obrębie samego zdrojowiska. Założono więc na przestrzeni około 50 morgów obszerny park — oprócz rosnących już drzew, zasadzono kilka tysięcy młodszych, przeważnie szpilkowych — poprowadzono na tej przestrzeni około 5 kilometrów szerokich ścieżek spacerowych, urządzono trawniki do zabaw na wolnym powietrzu i place do gier. Cały obszar parku przez zderenowanie znakomicie został osuszony. Dziś, kiedy drzewa podrosły, jest ten park ulubionym miejscem spacerów leczącej się publiczności — tak w górnej części więcej wystawionej na działanie słońca, skąd rozległy przedstawia się widok na otaczającą panoramę gór — jak i w południowej swej części gdzie cieniste aleje nad brzegiem górskiego potoku Poniczanki, malowniczym nęcą położeniem. Kto wie, jak niesłychanie ważnym czynnikiem jest słońce w leczeniu rozmaitych chorób, a przedewszystkiem w leczeniu dzieci lymfatycznych, anemicznych i rachitycznych, ten przyzna, że taki park położony wśród lasów świerkowych i gór na płaskowzgórzu wzniesionym na 540 mtr. n. p. m. nie zacieniony zbytnio drzewami a przed wiatrem zakryty, w którym dzieci bawiąc się i biegając, kąpią się w promieniach dobroczynnego słońca — jest jedną z wielkich zalet Rabki.



Rabka.

Ponieważ głównym warunkiem dobrego stanu zdrowotnego danej miejscowości jest dobra woda do picia, urządzono w zdrojowisku wodociąg wody źródlanej ze źródliska oddalonego o 1 kilometr od zakładu. Wodę doprowadzono do wszystkich domów, obok tego ustawiono pięć studni ulicznych i sześć hydrantów do skrapiania ulic. Równocześnie z urządzeniem wodociągu, skanalizowano cały zakład, zaprowadzając we wszystkich domach klozety wodą spłukiwane. Sieć kanałów prowadzących od domów łączy się z głównym kanałem, odprowadzającym zużytą wodę z łazienek.

Celem oddzielenia osób chorych na choroby zakaźne, które to przypadki w czasie licznego zjazdu osób z różnych stron, mogłyby być zawleczone, zbudowano oddzielny dom izolacyjny.

Ostatnie prace wykonane w zdrojowisku miały na celu pogłębienie źródeł obecnych i wyszukanie nowych.

Źródło Maryi ujęto cembrzyną z krążków cementowych. Źródło Rafaeli pogłębiono do 40 mtr., przez co wydatność źródła prawie się podwoiła. Zawartość zaś głównych składników solanki jodo-bromowej wcale się nie zmieniła.

W poszukiwaniu za nowemi źródłami, wiercąc systemem kanadyjskim, znaleziono dwa nowe:

źródło Nr. I. w głębokości 40 mtr. i
źródło Nr. II. „ „ 47 „

Obydwa te źródła dają obfitą ilość solanki jodo-bromowej, jak zaś tymczasowy rozbiór chemiczny wykonany przez Docenta Uniw. Jagiel. Dra Seńkowskiego świadczy, zawierają te same ilości głównych składników, co źródło Maryi.

W ostatnim roku dom „pod Gwiazdą“ przebudowano na dom zdrojowy, mieszczący dużą salę restauracyjną i balową, czytelnię, kawiarnię, pokój bilardowy, pokój fortepianowy i t. p. i otoczono go z dwóch stron 4 mtr. szeroką szklanną werandą z pięknym widokiem na park i Babią górę.



Rabka: Dom „pod Matką Boską“ (Restauracya).

Oto w krótkości najgłówniejsze prace wykonane w Rabce w ciągu ostatnich kilku lat, które postawiły zdrojowisko na stopie pierwszorzędnej wśród zdrojowisk krajowych. Najważniejsze z nich — zaprowadzenie wodociągów, kanalizacya, zderenowanie parku, zbudowanie domu izolacyjnego, miały na celu zapewnienie największej zdrowotności zdrojowiska — inne, jak oświetlenie elektryczne, założenie parku, zbudowanie nowych domów i domu zdrojowego, nowe urządzenia mieszkań, dobudowanie kuchen obok domów mieszkalnych miały na celu bezpieczeństwo i wygodę leczącej się publiczności. Prace wreszcie z zakresu balneotechniki wykonane tak około źródeł mineralnych jak i w łazienkach, zbudowanie zbiorników zapasowych na solankę służącą do kąpieli, poszukiwania nowych źródeł, zbudowanie nowych łazienek do kąpieli solankowych, łazienek borowinowych i do zabiegów wodoleczniczych, nie tylko rozszerzają wskazania lecznicze, podnoszą wartość i znaczenie zdrojowiska, stawiając je na wysokości nowoczesnych wymagań, ale budzą zaufanie świata lekarskiego i leczącej się publiczności do zdrojowiska, które przez przyrodę hojnymi wyposażone darami, nie szczędzi dużych kosztów nieustannych inwestycyi, aby w rozwoju ciągle iść naprzód i skutecznie konkurować z zagranicznemi obcemi zdrojowiskami.

Zapewne — w różnych kierunkach znajdą się tu jeszcze braki — dużo jeszcze zrobić trzeba będzie, i nigdy temu koniec, ale tyle i tak ważnych inwestycyi przeprowadzonych tak celowo w ciągu kilkunastu lat, które przekształciły zdrojowisko z gruntu, dając rękojmię że i w przyszłości na tej samej drodze Rabka rozwijać się będzie. Że ten rzetelny i dobrze pojęty rozwój bez krzyczącej reklamy zyskał uznanie leczącej się publiczności, dowodem frekwencya, która w Rabce w ciągu ostatnich latach więcej niż podwoiła się. Chlubnymi dowodami uznania za prace podjęte około rozwoju zdrojowiska są najwyższe odznaczenia, jakie przyznane zostały w roku 1907 na I. kraj. wystawie balneologicznej we Lwowie, a mianowicie: złoty medal rządowy, medal bronzowy i list pochwalny.

Położenie i klimat.

Miasteczko Rabka, stacya kolei państwowej na linii Kraków-Nowy Sącz, leży w Galicyi zachodniej, w powiecie myślenickim. Zdrojowisko oddalone od miasteczka o 1 kilometr, leży dużo wyżej na obszernym płaskowzgórzu, otoczonym z dwóch stron górskimi potokami Słonką i Poniczanką, a podnoszącym się zwolna w górę od 510 do 540 m. n. p. m. i coraz wyżej niby równia pochyła, ku południowemu zachodowi pochylona, której najwyższe wzniesienie sięga szczytów okolicznych gór.

Od północy góra Luboń (1025 metr.) wznosi się nad okolicą, a łącząc się w łańcuch nieprzerwany z sąsiednimi szczytami: Biernatką, Banią, Grzebieniem, Szumiącą, Orlikiem, Maciejową, Zabornią i Krzywoniem, otacza całe płaskowzgórze takim wieńcem wyższych i niższych szczytów. Stoki ich częścią uprawne i zalesione, a wierzchołki niektórych, sterczące jako nagie turnie, tworzą dla oka obraz malowniczy i urozmaicony. Od południowego zachodu widnokrąg przedłuża się, a na jego tle maluje się olbrzymi grzbiet Babiej góry w śnieżnym czepku. Stoi ona samotna na odległej strażnicy Tatr, gromadzi i rozpędza chmury, stanowiąc dla ludu nieomylny barometr. Zasłonione w ten sposób przed wiatrami zdrojowisko ma klimat jednostajny i łagodny ze wszystkiemi cechami klimatu podalpejskiego.

Rzadsze powietrze górskie, bogate w ozon i żywiczne zapachy, zaspokaja potrzebę oddychania lepiej i prędzej. Doprowadzając do płuc większą ilość tlenu, przyspiesza przemianę materyi, wzmacnia i hartuje organizm, pobudza apetyt. Następstwem tego jest, że np. waga nawet wątłych dzieci, używających kąpieli solankowych, które powodują zwykle ubytek wagi, nie tylko nie spada, ale stale się zwiększa przy dłuższym pobycie. Oprócz chorych ze specyalnemi wskazaniami do leczenia solanką jodo-bromową, przybywają tu osoby nie mogące znosić położenia wysokogórskiego rekonwalescenci i osoby nerwowo wyczerpane, znajdujące tu spokój i znakomite powietrze. Wysoką wartość leczniczą solanki rabczańskiej ogromnie podnosi jeszcze górskie położenie zdrojowiska oraz idealna czystość powietrza.

Środki lecznicze.

I. Picie solanki jodo-bromowej.

Zdrojowisko Rabka posiada 7 źródeł mineralnych. Źródła: Maryi, Rafaeli, Krakusa, Kazimierza, Nowe przy szosie, Nr. I. i Nr. II. Źródła te, znajdują się na niewiel-

kiej przestrzeni, na dnie studni rozmaitej głębokości, od 12 do 63 mtr. Wody tych źródeł na podstawie rozbioru chemicznego należą do grupy solanek jodo-bromowych. Pod względem głównych swych składników źródła te mało się różnią między sobą. I tak zawierają w 1000 gramach wody od 11·58 gr. do 22·95 gr. soli kuchennej. Jodku sodowego od 0·01 gr. do 0·045 gr. Bromku sodowego od 0·02 gr. do 0·07 gr. Obok wielu innych dla tej grupy wód mniej ważnych składników.

W szeregu solanek jodo-bromowych należy się przeto solance rabczańskiej bezwarunkowo pierwsze miejsce, niesłusznie uzurpowane przez wody z Hall, które w 1000 gram. wody zawierają 12·571 gr. soli kuchennej, obok 0·028 jodku sodowego, a więc prawie połowę mniej soli i jodu. Przewyższając tak znacznie wody z Hall stawiane

Solanki takie nazwano wodami litowymi. W ich grupie pierwsze miejsce zajmuje Salzschlief Bonifacius zawierające w 1000 gr. wody 10·240 soli kuchennej i 0·210 chlorku litowego — drugim z rzędu jest Elster Königsquelle które w 1000 gr. wody ma 1·474 soli kuchennej i 0·108 węglanu litowego. Trzecie miejsce w tej grupie wód należy się bezwarunkowo solance ze źródła Kazimierza, która w 1000 gram. zawiera 11·58 gr. soli kuchennej i 0·083 węglanu litowego.

Solanki rabczańskiej używa się do picia i do kąpieli. Do picia służy przeważnie solanka ze źródła Maryi i to zimna albo ogrzana, czysta albo mieszana z innymi wodami mineralnemi lub wodą sodową. Czas picia solanki, jak zresztą każdej wody mineralnej, jej ilość, temperaturę, odpowiednia dyeta, zależą naturalnie od przypadku choro-



Rabka: Dom „pod Luboniem".

w tej grupie wód na pierwszym miejscu, dystansuje solanka rabczańska tym samym inne podobne zdrojowiska zagraniczne, że tylko wspomnę więcej znane Kreuznach, Heilbrum, Königsdorf, Homburg i t. d.

Z polskich zdrojowisk należą do tej samej grupy wód solanki w Ciechocinku, Iwoniczu i Rymanowie. Solanka ciechocińska z najsilniejszego zdroju Nr. I. zawiera w 1000 gram. blisko o 10 gram. więcej soli od rabczańskiej, natomiast inne źródła wcale nie przewyższają rabczańskich pod względem zawartości soli, wszystkie zaś zawierają dużo mniej związków jodowych. Zdroje iwonickie i rymanowskie zawierają mniej więcej o połowę mniej soli, jodu i bromu.

Najsłabsze ze źródeł rabczańskich, źródło Kazimierza, zawiera w 1000 gram. wody 11·58 gr. soli, obok 0·010 jodku sodowego i 0·028 bromku sodu, przewyższa jednak znacznie wszystkie inne zawartością węglanu litowego. Gdy bowiem solanka ze źródła Maryi i Rafaeli zawiera 0·075 i 0·027 tej soli, to w źródle Kazimierza znajduje się 0·0836 węglanu litowego.

bowego i celu jaki ma być osiągnięty, dlatego też w każdym poszczególnym przypadku tylko lekarz przepisać może ścisłe wskazówki, od których dobre wyniki leczenia zależą.

II. Kąpiele solankowe jodo-bromowe.

Solankę przeznaczoną do kąpieli pompuje się za pomocą elektromotorów, częścią wprost ze źródeł, częścią ze zbiorników zapasowych do kotłów pomieszczonych w budynku maszynowym, gdzie się ją ogrzewa za pomocą pary, skąd własnym ciśnieniem spływa do łazienek.

Łazienki podzielone są na dwie klasy w osobnych budynkach.

Łazienki I. klasy mają wanny porcelanowe i marmurowe (droższe), żelazne emaliowane i metalowe (tańsze).

Łazienki II. klasy: wanny drewniane, lakierem emaliowanym pociągnięte.

W każdej łazience znajduje się jedna duża wanna, oraz jedna lub dwie wanny małe, w tym celu, aby dzieci,

potrzebujące opieki, można było kąpać równocześnie bez straty czasu.

Kabiny I. kl. obszerne, wygodne, dobrze oświetlone, łatwo wentylujące się, zaopatrzone są w szafeczki i odpowiednie urządzenia, posadzka terazzo.

Kabiny II. kl. ułożone w około obszernego wspólnego halu, mają dużo powietrza i oświetlenie górne, posadzka betonowa.

Osoby mieszkające w domach zakładowych, mogą przez założenie swej karty na odpowiednich tabliczkach umieszczonych na każdej kabinie, zarezerwować dla siebie stałą godzinę kąpielową.

Skład chemiczny.

Składniki na 1000 gr. wody	Rabka			
	Zdrój Maryi	Zdrój Rafaeli	Zdrój Krakusa	Zdrój Kazimierza
Chlorek potasu . .	0·1301	0·0871	0·0949	0·2856
„ sodu . . .	22·8654	22·9583	22·9842	11·5808
„ litowy . .	—	—	—	—
„ wapniowy .	—	—	—	—
„ magnowy .	—	—	—	—
Jodek sodowy . . .	0·0456	0·0459	0·0379	0·0108
„ potasowy . .	—	—	—	—
Bromek sodowy . .	0·0738	0·0730	0·0586	0·0286
„ potasowy .	—	—	—	—
Boran sodowy . . .	ślad	ślad	ślad	0·1766
Dwuwęglan sodowy .	1·1362	1·1047	1·2342	0·6265
Węglan litowy . . .	0·0253	0·0276	0·0260	0·0836
„ wapniowy .	0·4022	0·4867	0·4541	0·2043
„ magnowy .	0·1292	0·2836	0·2565	0·1219
„ barowy . .	0·0059	0·0060	0·0061	—
„ strontowy .	—	—	—	0·0038
„ manganawy .	0·0012	0·0011	0·0011	0·0023
„ żelazawy . .	0·0032	0·0044	0·0031	0·0009
„ amonowy .	—	—	—	—
Siarkan sodowy . .	—	—	—	—
„ potasowy .	0·0293	0·0801	0·0757	0·0214
„ wapniowy .	—	—	—	—
„ barowy . .	—	—	—	0·0067
Kwas krzemowy . .	0·0253	0·0225	0·0237	0·0096
Składniki stałe zesp.	24·8759	24·6587	24·6587	12·7959
Ciężar gatunkowy .	1·01877	1·01880	1·01949	1·00992

III. Kąpiele borowinowe.

Dla rozszerzenia wskazań leczniczych urządzono łazienki do kąpieli borowinowych, doświadczenie bowiem wykazało, że działanie kąpieli solankowych przy równoczesnem używaniu kąpieli borowinowych, znacznie się wzmaga, zwłaszcza w licznych cierpieniach kobiecych, niedokrewności, wysiękach pozapalnych i t. p. Borowinowe kąpiele przygotowuje się na solance rabczańskiej i ogrzewa się parą w osobnych kadziach, stosuje się je albo pełne, albo częściowe, wreszcie jako okłady borowinowe.

IV. Kąpiele solankowo-gazowe.

Przygotowane na solance jodo-bromowej, nasyconej bezwodnikiem kwasu węglowego za pomocą specyalnego aparatu pod ciśnieniem $1^1/_2$ atmosfery. Działają one silniej na naczynia skórne niż kąpiele z czystej solanki, a pobudzając serce do silniejszych i wydatniejszych skurczów, zmniejszają ilość tętna, parcie krwi zależnie od temperatury kąpieli podnoszą lub obniżają, sam zaś mięsień sercowy wzmacniają. W następstwie przekrwienia i rozszerzenia naczyń skórnych, serce łatwiej pokonuje opór napotykany w systemie naczyniowym i usuwa zastoiny. Kąpiele takie są zatem nie tylko środkiem leczniczym, ale zarazem gimnastyką i ćwiczeniem mięśnia sercowego. Zmiany miażdżycowe w których jod jest jednym z głównych środków leczniczych, znakomicie się poprawiają przy równoczesnym podawaniu solanki jodowej na wewnątrz i kąpielach słonogazowych.

Z chorób serca, zwłaszcza przerost mięśnia i wady zastawkowe świeże, oraz wypociny pozapalne na wsierdziu i osierdziu, dają najlepsze wyniki takiego skombinowanego leczenia.

V. Sól jodo-bromowa.

Sól jodo-bromowa otrzymywana przez odparowanie wody mineralnej, zawiera w sobie wszystkie składniki stałe, skoncentrowane. Jest miałka, gruboziarnista, niekrystaliczna, barwy żółtawej, a używa się jej do wzmocnienia kąpieli solankowych, do inhalacyi, przepłukiwania i sporządzania kąpieli sztucznych w domu. Do handlu wchodzi w pudełkach drewnianych 1 kilogramowych opatrzonych banderolą. (Skład chemiczny na tabeli końcowej).

VI. Muł.

Muł, czyli szlam źródlany, dobywany przy każdorazowym oczyszczaniu źródeł, bywa stosowany do okładów przy obrzękach zołzowych, gruźlicznych, wypocinach pozapalnych i t. p.

VII. Wodolecznicze zabiegi.

Celem dopełnienia środków leczniczych urządzono kabinę do zabiegów hydropatycznych, w której fachowo wykształcona służba wykonywa wszelkie procedury w ten zakres wchodzące.

VIII. Gimnastyka lecznicza i ortopedya.

W bieżącym sezonie otworzył w Rabce Docent Dr. Chlumsky, filię swego krakowskiego zakładu leczniczego. Fachowo wyspecyalizowani asystenci wykonują wszystkie w ten zakres wchodzące zabiegi według wskazówek Doc. Dra Chlumsky'ego.

Działanie i zastosowanie solanki rabczańskiej.

Wody rabczańskie ze względu na swój skład chemiczny znajdują bardzo obszerne zastosowanie w różnorodnych cierpieniach, polegających na upośledzeniu przemiany materyi i stanach pozapalnych, połączonych z wysiękami w zołzach, w późnych okresach przymiotu, w niektórych chorobach serca i t. d.

Przy wewnętrznem użyciu wód rabczańskich działają głównie: sól, jod i brom. Chlorek sodu, działając na błonę śluzową przewodu pokarmowego, drażni ją, pobudzając gruczoły do szybszej przemiany materyi oraz zwiększonego wydzielania. Sposób działania jodu użytego na wewnątrz, jest jeszcze kwestyą sporną, w każdym jednak razie, krótko po użyciu, spotykamy go we wszystkich wydzielinach fizyologicznych. Działa przedewszystkiem na system lymfatycznych, przyspieszając resorbcyę.

Z pośród źródeł rabczańskich najbardziej wyróżnia się źródło Kazimierza zawierające 0·0836 węglanu litowego. Solanki takie, na które dopiero w ostatnich czasach baczniej-

szą zwrócono uwagę, zyskały specyficzne znaczenie w cierpieniach na tle skazy moczanowej w tworzeniu się piasku i kamieni moczowych. Zwiększają one ilości oddawanego moczu i rozpuszczają związki kwasu moczowego.

Przy ocenianiu działania wód mineralnych, użytych w formie kąpieli, uwzględnić musimy trzy wpływy, a to: mechaniczny, termiczny i chemiczny. Mechaniczny polega na oczyszczeniu skóry z nagromadzonego potu, tłuszczu i złuszczonych komórek przyskórka, przez co staje się ona więcej wrażliwą i zyskuje na transpiracyi. Wpływ termiczny kąpieli odpowiednio stosowanych objawia się rozgrzaniem skóry, rozszerzeniem jej naczyń, zmianą pod względem rozmieszczenia krwi i podrażnieniem skórnych zakończeń nerwów, które przenoszą tę podnietę do systemu dośrodkowego. im większą jest różnica w temperaturze ciała a kąpieli, tj. Im silniej zadrażnione zostaną zakończenia nerwowe, tem skurcz naczyń jest krótszy, a rozkurcz po nim następuje dłuższy. Proces ten objawia się inaczej, gdy ciepłota wody zbliża się do ciepłoty ciała, wtedy bowiem pierwszym objawem jest rozkurcz. Chemiczny wpływ wody mineralnej, do kąpieli użytej, jest spotęgowane przez współdziałanie wpływów wyżej wymienionych.

Sól kuchenna, połączenia jodu i bromu, działają na na organizm nie wprost przez skórę, ale drogą zadrażnienia skórnych zakończeń nerwowych.

Wpływy te dopełniające i wzmacniające się wzajemnie, pobudzają organizm do szybkiego wykonywania fizyologicznych funkcyj, przyspieszają proces utleniania i wydzielanie bezwodnika węglowego, czego ostatnim wynikiem jest szybka przemiana materyi całego ustroju.

Najnowsze badania wykazały, że pod wpływem kąpieli słonych zwiększa się wydzielanie bezwodnika węglowego, a zatem i przemiana materyi jest szybsza, przyczem nie białko, lecz węglowodany prędzej ulegają rozkładowi.

Z charakteru i własności wód rabczańskich wynika wskazanie do używania ich w następujących stanach chorobowych:

I. Zołzy (Scrophulosis) ze wszystkimi ich objawami, jużto bez wyraźnego umiejscowienia, jużto w formie obrzęku i ropienia gruczołów lymfatycznych.

II. Choroby skóry na tle zołzowem i gruźliczem.

III. Gruźlica kości, okostnej i stawów.

IV. Chroniczny nieżyt tchawicy i oskrzeli, spowodowany powiększeniem gruczołów lymfatycznych pozaoskrzelowych (astma bronchiale) na temże tle.

V. Chroniczne zapalenie ucha środkowego (otitis media), nieżyt błony śluzowej nosa (ozaena).

VI. Przewlekłe zapalenie błon surowiczych, szczególnie błony brzusznej (peritonitis chronica), trudno ulegające wessaniu wypociny pozapalne w jamie brzusznej (peri et paratyphlitis), wypociny pozapalne w jamie opłucnej (pleuritis) i w worku osierdziowym (pericarditis).



Rabka: Dom „Nowy Dwór".

VII. Reumatyzm stawowy, szczególnie zaś przypadki ze świeżymi i bolesnymi wysiękami.

VIII. Choroba angielska (rachitis), tak wczesna jak i późniejsza.

IX. Kiła (syphilis) ze zmianami drugo i trzeciorzędnemi, nerwobóle na tem tle, oraz przesycenie organizmu rtęcią.

X. Cierpienie oka, polegające na tle zołzowem i kiłowem.

XI. Rany pooperacyjne trudno się gojące.

XII. Przewlekła zimnica (malaria) z powiększeniem śledziony.

XIII. Cierpienia organów płciowych kobiecych jak:
a) zboczenia w menstruacyi,
b) zapalenie sutek przewlekłe (mastitis chronica),
c) włókniaki i włóknomięsaki macicy (fibroma et fibromyomata uteri),
d) wysięki po sprawach zapalnych (residua post peri et parametritidem),
e) miąższowe i śródmaciczne przewlekłe zapalenia (metritis et edometritis chronnica).

XIV. Chroby serca, jak zapalenie mięśnia sercowego, zapalenie wsierdzia i osierdzia, tłuszczenie i osłabienie serca (myocarditis endo- et pericarditis, cor adiposum, adynamia cordis).

W tych cierpieniach letnie kąpiele słone sprowadzają nietylko wessanie złogów i wysięków zapalnych, ale także wzmacniają mięsień sercowy.

W kąpieli letniej bowiem ilość tętna opada, natomiast podnosi się parcie krwi w naczyniach, w następstwie czego znów następuje silniejsza akcya serca i zmniejszenie się zastoju w krążeniu małem.

Skutkiem podniesienia się parcia krwi, praca mięśnia sercowego wzmaga się, pojedyncze skurcze rzadsze. lecz intenzywniejsze, sprowadzają wzmocnienie serca.

Do tego leczenia nadają się bardzo przypadki stłuszczenia serca przy ogólnej otyłości.



Rabka: Willa „pod Gwiazdą".

To zdrojowe leczenie chorób serca, znakomicie wspomaga lekko falisty teren Zakładu kąpielowego, którego rozmaite pochyłości stanowią gimnastykę dla mięśnia sercowego.

Część informacyjna.

Linia kolei żelaznej, której stacya jest o 500 mtr. od Załadu odległa, łączy Rabkę z Granicą przez Skawce-Trzebinię, z Krakowem przez Suchą i Skawinę, ze Lwowem przez Tarnów, Stróże, z Zakopanem wreszcie przez nowo wybudowaną linię Chabówka-Zakopane. Między stacyą a Zakładem kursują liczne wózki góralskie i powozy.

Sezon kąpielowy rozpoczyna się 20 maja i trwa do końca września.

Lekarze ordynujący: lekarz zakładowy Dr. E. Supiński, Dr. O. Lang i Dr. Cholewicz (wieś Słona).

W samym Zakładzie znajduje się 24 domów mieszkalnych, mieszczących przeszło 350 pokoi od najprostszych do elegancko urządzonych, wszystkie oświetlone elektrycznie; cena ich umiarkowana, odpowiednia położeniu domu i urządzeniu. Obok domów, w osobnych budynkach mieszczą się kuchnie, wynajmowane do większych mieszkań.

Oprócz domów zakładowych można wynająć od włościan w Rabce lub Słonem prymitywnie urządzone i tańsze mieszkanie, według umowy z właścicielem.

Ponieważ najliczniejszy zjazd leczących się poczyna się z końcem czerwca, zdarzyć się może, że przy wielkim napływie i zapełnieniu Zakładu, trudno znaleźć wymagane mieszkanie, zwłaszcza większe. Przykrości tej jednak uniknąć łatwo, porozumiewając się poprzednio z Zarządem Zakładu.

Bardzo dobrego pożywienia i stosunkowo nie drogo dostarcza restauracya pod sanitarną kontrolą lekarza zakładowego.

Dla osób prowadzących kuchnie własne znajduje się w Zakładzie jatka ze świeżem mięsem, sklepy z pieczywem i artykułami spożywczymi: lud okoliczny dostarcza codziennie drobiu i świeżego nabiału, ogród zakładowy zaś jarzyn.

Msze św. odprawia w kaplicy zakładowej miejscowe duchowieństwo, a kościół parafialny znajduje się o $^1/_2$ kilometra od Zakładu.

Na sezon przyjeżdża z Krakowa pierwszorzędny fryzyer.

Dwa razy dziennie koncertuje dobra orkiestra zakładowa.

Sala balowa obszerna, wysoka, starannie utrzymana, z galeryą dla muzyki, służy na reuniony niedzielne, baliki dziecinne, koncerty, przedstawienia teatralne i tańce.

Obok sali balowej mieści się czytelnia dzienników oraz wypożyczalnia książek. Przy restauracyi pokój bilardowy i do gry w karty.

W parku place tennisowe, krokiet i t. p.

Gry i zabawy dziecinne metodycznie prowadzone pod fachowym kierunkiem.

Wycieczki w okolice.

Na górę Banię, 1 godzina drogi tam i napowrót.

Na górę Grzebień, 2 godziny drogi, skąd bardzo piękny widok na całe pasmo Tatr.

Na górę Szumiącą i Maciejową, 4 godziny drogi skąd rozległy widok na całą górzystą okolicę, Babią górę i Tatry.

Do Skomielnej i na Zbójecką, wiodącą do poblizkiej granicy Węgier, najdalszy widok na Tatry, i wiele innych równie przyjemnych.

Do dalszych wycieczek należą: na góry Luboń i Biernatkę (6 godzin końmi tam i z powrotem), na Babią górę (dwa dni tam i z powrotem), do Zakopanego $1^1/_2$ godziny koleją.

Cennik.

Taksa kuracyjna i na muzykę wynosi od osoby dorosłej 12 koron, następna osoba do tej samej rodziny należąca 8 koron, trzecia, czwarta i t. d. po 6 koron. Dzieci

do lat 16 płacą po 4 korony, dzieci niżej 1 roku wolne od taksy.

Bony i służba wyższa po 4 kor., służba niższa wolna od taksy:

Mieszkania:

Pokój umeblowany z usługą i światłem elektrycznem, lecz bez pościeli, względnie do domu i urządzenia, tygodniowo	od 14 45 kor.
Dwa pokoje tygodniowo	od 30 90 kor.
Trzy pokoje tygodniowo	70 150 kor.
Kuchnia osobna	10 kor.

Pokoje wynajmowane na dnie w tym samym stosunku.

Kąpiele borowinowe

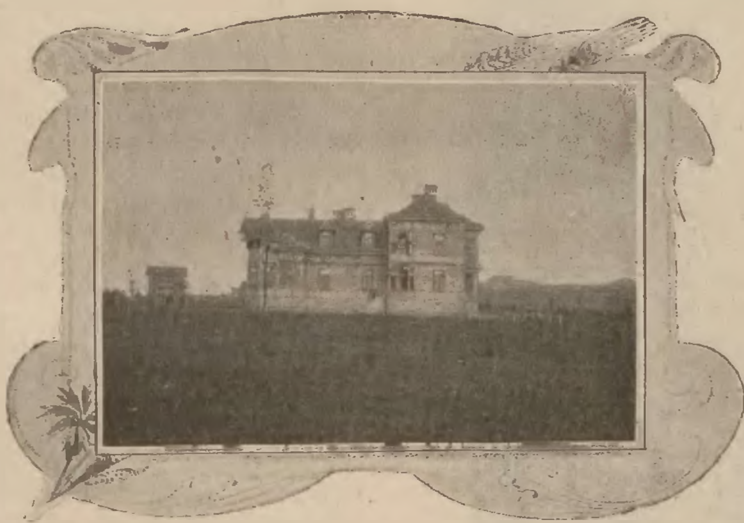
po cenie . . . . 4 korony.

Procedury hydropatyczne

od 2 do 4 koron, względnie do jakości zabiegu.

Bielizna do kąpieli dodana na żądanie 20 groszy.

Szczegółowych informacyi udziela na żądanie Zarząd Zakładu zdrojowo-kąpielowego w Rabce.



Rabka: Willa Antonina.

Mieszkania wynajmowane sezonowo według umowy.

Pościel dodawana na żądanie składa się z materaca włosiennego, poduszki, kołdry, koca i bielizny, kosztuje 50 gr. dziennie. Pojedyncza część pościeli 20 30 groszy.

Kąpiele solankowe.

1. Wanna porcelanowa	kor.	5·00	
2. Wanna marmurowa	„	3·00	
3. I. klasa dla dorosłych	„	2·40	
dla dzieci	„	1·60	2·00
4. II. klasa dla dorosłych	„	1.60	
dla dzieci	„	1·00	1·20

Kąpiele w I. klasie w godzinach od 9 1 przed południem o 20% drożej.

Kąpiele nasiadowe (po południu).

W I. klasie po 1 kor., w II. klasie po 80 groszy.

DR. LEON KOPFF,
lekarz rządowy c. k. Zakładu zdrojowego w Krynicy.

O zachowaniu się dyjetetycznem w czasie leczenia zdrojowego.

(Ciąg dalszy).

Jak długo powinno trwać leczenie zdrojowe?

Pytanie to jest bardzo ważnem, odpowiedzieć jednak na niego z całą ścisłością *à priori* najczęściej nie łatwo.

Dawniejszym lekarzom pod tym względem o wiele łatwiej było dać odpowiedź zadawalniającą, gdyż w ogólnym szemacie leczniczym przeznaczono 28 dni dla picia wód mineralnych, a 21 dla kąpieli. Były to liczby tak zwyczajem uświęcone, że grzechem byłoby wielkim od nich odstąpić. Obecnie, gdy szematów na szczęście już w medycynie nieznamy, musimy i tutaj indywidualizować.

Lekarzowi domowemu jednak trudno bardzo dokładnie oznaczyć, jak długo ma leczenie kąpielowe trwać, gdyż zależnem to jest od tego, jak ustrój chory leczenie zdrojowe znosi, jak na niego oddziaływuje. Zresztą łatwo pojąć, że byłoby to domagać się cudu, aby w cierpieniu przewlekłem, miesiące i lata trwającem, 28-dniowe użycie leczenia zdrojowego, sprowadzić mogło zupełne usunięcie złego, zupełne wyleczenie. Dlatego też w każdym przypadku chorobowym, czas trwania leczenia zdrojowego, musi być rozmaitym. Dla jednych wystarczy cztery, sześć, ośm tygodni; innym trzeba polecić leczenie trzech i czterech miesięczne. Leczenie dłuższe ma szczególnie swe zastosowanie w przypadkach, w których wskazanem jest użycie leczenia zdrojowego następowego, n. p. użycie następowe kąpieli żelazistych, borowinowych morskich lub też hydropatycznych. W wielu znów przypadkach chorobowych, lekarz może uprzedzić chorego, że leczenie jednorazowe niewystarczy, że kuracyą zdrojową powtórzyć trzeba będzie przez dwa, trzy i cztery lata z rzędu.



Rabka: Źródło Maryi.

Tutaj jest sposobność, abyśmy jeszcze raz wspomnieli także o tak zwanem leczeniu przygotowawczem, gdyż ono tam, gdzie go się stosuje, wchodzi w obręb czasu jaki trwa całe leczenie zdrojowe. Jako leczenie przygotowawcze, należy uważać picie wód mineralnych w domu, na kilka tygodni przed wyjazdem do wskazanego zakładu zdrojowego. Leczenie takie przygotowawcze trwa zwykle 4—6 tygodni i ma na celu przysposobić ustrój odpowiednią dyetą i pobudzeniem przemiany pierwiastków do więcej ścisłego leczenia w zakładzie zdrojowym. Szczególniej bowiem, jest w wielu razach ważnem, aby chory przybył do zakładu zdrojowego w takim stanie, aby mógł odrazu rozpocząć leczenie odpowiednie, nie potrzebował zaś czekać parę tygodni, nim zaburzenia w trawieniu, nie dyjetycznem życiem sprowadzone, przeminą. Wogóle powinno się za zasadę przyjąć, aby chory udający się na kuracyę do zdrojowisk, zawsze przynajmniej na 2—3 tygodni przedtem zmienił tryb życia. Niedorzecznością jednak jest, na szczęście już zaniechany prawie zupełnie system, przygotowywanie się do leczenia zdrojowego, używaniem codziennem leków przeczyszczających, ba nawet podawaniem środków wymiotnych i stawianiem baniek ciętych. Bardzo odpowiedniem zaś będzie picie wody mineralnej w domu, według wskazówek lekarza, codzienna parogodzinna przechadzka na świeżem powietrzu, zmniejszenie godzin zwykłej dziennej pracy, zaniechanie lub zmniejszenie używania piwa, wódki, wina, tytoniu, przestrzeganie odpowiedniej dyety w jedzeniu, którą powinien dla poszczególnego przypadku chorobowego lekarz domowy przepisać, wreszcie udawanie się wczesne wieczór na spoczynek, tak, aby chory mógł 8—9 godzin spać. Takie leczenie przygotowawcze jest wstanie znacznie skrócić, koniecznie potrzebny pobyt w zdrojowisku, a przez to, jest ono i ze względów ekonomicznych dla chorego korzystnem.

Jeszcze więcej niż na potrzebę leczenia przygotowawczego, zwrócić należy uwagę na zachowanie się po skończonem leczeniu zdrojowem. Chorzy częstokroć natychmiast powracają do zwykłego trybu życia, ba, nawet chcąc sobie powetować przymusowy post, obciążają żołądek w dużych ilościach rzeczami niestrawnemi, które im w czasie kuracyi były wzbronione, piją napoje wyskokowe w znaczniejszej ilości i jeszcze z większą niż przedtem namiętnością oddają się paleniu tytoniu. Nie trzeba chyba udawadniać, że postępowanie takie musi w znacznej części niweczyć wynik osiągnięty kilko-tygodniowem leczeniem zdrojowem, a niekiedy, jak n. p. po użyciu leczenia w Karlsbadzie i innych tp. zdrojach, może nawet sprowadzić następstwa gorsze, gdyż nowe choroby w nadwątlonym i tak już organizmie. Należy zatem znów w ciągu 2—3 tygodni zachować się zupełnie tak, jak w czasie leczenia zdrojowego, a tym sposobem leczenie to kosztowne o wiele pomyślniejsze wyda owoce.

(Ciąg dalszy nastąpi).

Swoszowice

zdrojowisko pod Krakowem. Wody siarczane.

I. Lista gości *)

do dnia 30 czerwca 1909 r.

		Osób
	Bałukowa Stanisława z dziećmi i sługą, Kraków	7
*)	Bałuk Adolf, stacyomistrz kolei państw. Kraków	1
	Borger Marya, kupcowa, Berwałd wielki	1
*)	Chrząszcz Fryderyk, urzędnik prywatny, Kraków	1
	Czapnik H., drukarz, Podgórze	1
*)	Dattner R., kupcowa, Kraków	1
*)	Dąbal Józef, funkcyonaryusz kolei państw. Kraków	1
*)	Doskowski Stanisław, aptekarz, Kraków	1
*)	Duba Antoni, urzędnik kolejowy, Kraków	1
	Feigenbaum Anna z dziećmi i sługą, Kraków	5
*)	Feldmann Jakób, Podgórze	1
*)	Ferber Franciszka, Kraków	1
*)	Fieber Walerya, Prądnik	1
	Fürsch Fel., Bochnia	1
*)	Galon Józef, funkcyonaryusz kolei państw. Kraków	1
	Gerbert Ludwik, technik, Siedliska (Król. Polsk.)	1
*)	Golkow Zofia, Kraków	1
	Gottliebowa Henryka, studentka medycyny z dziećmi i sługą, Kraków	3
*)	Grünberg Regina, Kraków	1
*)	Gumplowicz, księgarz, Kraków	1
*)	Harasiewicz Józef, urzędnik kolejowy, Kraków	1
*)	Herman Henryk, urzędnik kolejowy, Kraków	1
	Hirschberg B., kupcowa, Wadowice	1
*)	Hnatkiewicz Antoni, funkcyonaryusz kolei państw. Kraków	1
	Huppenthalowa N., Kraków	1
	Jonczyc Franciszek, weterynarz, Bendzin, (Król. Polskie)	1
*)	Dr. Koller, Kraków	1
*)	Kotlarz Karol, urzędnik kolejowy z żoną, Kraków	2
	Kowalska Paraszkiewa, Trembowla	1
*)	Kowalski Jan, funkcyonaryusz kolei państw., Kraków	1
	Krasuski Józef, emeryt rządowy, Warszawa	1
*)	Krupski Stanisław, Kraków	1
*)	Kwapniewski Jan, urzędnik kolejowy, Kraków	1
*)	Lambert Emilia, wdowa po prezydencie sądu, Bośnia	1
*)	Landesdorfer Gustawa, Kobierzyn	1
*)	Lichtblau, podurzędnik kolejowy, Kraków	1
	Lochowa Aniela, żona majstra kominiarskiego, z siostrzenicą	2
*)	Łukasik Jan, funcyonaryusz kolej.	1
	Maler Rozalia ze sługą, Kraków	2
	Malec Maryanna, Likworn	1
	Mallenfort M., Wiśnicz	1
*)	Manasowa Katarzyna, Kraków	1
	Marczewska Adela, Nowy Sącz	1
	Mingelgrün J. z synem, Kraków	2
	Pariżek Adolf, Weiskirchen	1
*)	Paul Teresa, Kraków	1
*)	Podhorski Eberhard, urzędnik kolejowy, Kraków	1
*)	Piasek Antoni, urzędnik kolejowy, Kraków	1
*)	Pompa Wiktor, urzędnik kolejowy, Kraków	1
*)	Plechnikowa Rozalia, Kraków	1
	Popiel Tadeusz, artysta-malarz, z żoną i córką, Lwów	3
	Rakower Efraim, kupiec, i żona Lea, Kraków	2
*)	Raszke Marya, Kraków	1
	Rehmanowa Michalina, z córką	2
	Ritter M., żona majstra szewskiego, Kraków	1
	Rudkiewicz F., Tarnów	1
*)	Rybkowski Henryk, Kraków	1
	Silberberg Anna ze sługą, Kraków	2
	Sinkowa Anna, żona profesora Uniwersytetu ze sługą, Kraków	2
	Starzewska Franciszka, wdowa po adwokacie, Kraków	1
*)	Sternbach Bernard, emeryt kolejowy z żoną, Kraków	2
	Ślusarek Anna, młynarka	1
	Świątek Joanna, Podgórze	1
	Szopiński Ludwik, urzędnik kolejowy, Nowy Sącz	1
*)	Sznajdrowicz Wojciech, Kraków	1
*)	Szpada Wojciech, z córką, Kraków	2
*)	Terakowski Franciszek, z żoną i dziećmi, Kraków	4
*)	Votruba Józefina, Kraków	1
	Weissówna Ignacya, Siostra ze Zgrom. Służ. Serca Jez. z matką, Kraków	2
	Weber D., szklarz, Kraków	1
	Weber J., Nowy York	1
	Weiss Karol, inżynier z żoną i siostrą, Sosnowiec	3
	Weksner L., Kraków	1
*)	Wied Rudolf, funkcyonaryusz kolejowy, Kraków.	1
*)	Wójcik, funkcyonaryusz kolejowy, Kraków	1
*)	Woźniak Stefan, funkcyonaryusz kolejowy, Kraków	1
*)	Wygona, funkcyonaryusz kolejowy, Kraków	1
	Zechenterowa Helena, żona literata, z dziećmi, Kraków	4
*)	Ziemba Franciszek, urzędnik kolejowy, Płaszów	1
	Zweig Berta, kupcowa, Kraków	1
*)	Żabówna Magdalena, Wieliczka	1
*)	Żmuda Jan, Marcyporęba	1
	Razem osób	114

*) Gwiazdka oznacza osoby dojeżdżające stale do zakładu kąpielowego.

GŁOSY PUBLICZNOŚCI.

Zakład zdrojowo-kąpielowy **Rymanów-Zdrój.** Frekwencya 2.500 osób, położony nad poziomem morza 450 m. w powiecie sanockim w Galicyi, opodal od stacyi kolejowej „Rymanów", własność hr. Potockiego. Najobfitsza szczawy słono-alkaliczna, jod i brom zawierająca, bogata w cenne składniki mineralne, ze zdrojów „Tytusa" „Klaudyi" i „Celestyny", odznaczone pierwszorzędnemi nagrodami na wystawach i zjazdach lekarzy i przyrodników. Zdrój „Klaudyi" (zdaniem Dra Dobrzyckiego, prezesa Komisyi balneologicznej Towarzystwa lekarskiego Warszawskiego) zastępuje całkowi-

cie słynne obce, bo niemieckie wody w Kissingen, mianowicie zdroje „Rakoczy“ i „Pandur“, a nawet je przewyższa i jest skuteczniejszym od nich (gdyż zawiera dwuwęglan sody, którego tamte nie zawierają).

Pomimo, że Zakład niedawno istnieje, wiele osób, a szczególnie dzieci, zawdzięcza mu uzdrowienie, a Zakład z każdym rokiem wzrasta i rozszerza się. Położenie urocze wśród lasów szpilkowych, w otwartej przewiewnej dolinie, powietrze suche, zdrowe. Leczenie kąpielami mineralnemi, rzecznemi, piciem wód, miesieniem (massage), gimnastyką zwykłą i ortopedyczną itd. Prócz lekarza zdrojowego, ordynuje kilku lekarzy.

Oprócz tych, środków leczniczych, posiada Zakład wszelkie udogodnienia, mianowicie: nowe, wzorowo i z komfortem urządzone łazienki, wygodne pomieszkania, kuchnię zdrową, dobrą a niedrogą, wyborną muzykę zdrojową, liczne spacery, kaplicę, aptekę, pocztę, telegraf, sklepy, restauracyę, fortepiany, czytelnię, bibliotekę, fotografa, automobil, własną sieć telefoniczną, łączącą wille zakładowe między sobą i z Zarządem Zakładu. Wycieczki końmi i automobilem w okolice, zabawy z tańcami, bale, koncerty, przedstawienia teatralne, gry ogrodowe, bilard i strzelnica, urozmaicają pobyt w Zakładzie.

Zakład odwiedza corocznie I. krajowa kolonia lecznicza, posiadająca swe własne zabudowania, mogące pomieścić kilkaset dzieci.

Sezon trwa od 20 maja do 20 września i dzieli się na 3 okresy: I-szy od 20 maja do 20 czerwca; II-gi od 20 czerwca do 20 sierpnia; III-ci od 20 sierpnia do 20 września.

Ceny pomieszkań i kąpieli w I-szym i III-cim okresie sezonu są znacznie zniżone dla zamieszkujących wille zakładowe. — Ubodzy, zaopatrzeni nawet w świadectwa ubóstwa, nie mogą liczyć na żadne uwzględnienia w sezonie II-gim tj. od 20 czerwca do 20 sierpnia.

Wodę mineralną i sól jodobromową rymanowską do użytku wewnętrznego i zewnętrznego (tj. do kąpieli, okładów itp.) rozsyła na żądanie, przyjmuje zamówienia na pomieszkania i powozy do kolei, oraz wszelkich wyjaśnień udziela:

Zarząd Zakładu Zdrojowo-kąpielowego w Rymanowie

Stacya Kolei państwowej: **Rymanów.**

Stacya telegr. i poczt.: **Rymanów-Zdrój. (Austrya, Galicya).**

Przegląd najważniejszych chorób przewlekłych, nadających się do leczenia w polskich zdrojowiskach i uzdrowiskach.

Choroby	Nadają się do leczenia w zdrojowiskach i uzdrowiskach
Choroby serca i narządu krążenia	Ciechocinek, Iwonicz, Jaworze, Krynica, Morszyn, Ojców, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec, Rabka.
Choroby nosa, gardła, krtani, płuc i opłucnej	Birsztany, Bystra, Iwonicz, Jaśkowice, Jaworze, Kamionka, Kosów, Nałęczów, Nowe Miasto, Ojców, Otwock, Rabka, Sławuta, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zakopane.
Choroby żołądka	Druskieniki, Krynica, Rymanów, Szczawnica, Żegiestów.
Choroby jelit	Birsztany, Druskieniki, Kamionka, Kosów, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Truskawiec, Rymanów, Szczawnica, Żegiestów.
Choroby wątroby i dróg żółciowych	Ciechocinek, Iwonicz, Morszyn, Szczawnica, Truskawiec.
Choroby śledziony	Iwonicz, Krynica, Szczawnica, Zakopane, Żegiestów.
Choroby nerek i pęcherza	Ciechocinek, Druskieniki, Krynica, Nałęczów, Rymanów, Szczawnica, Truskawiec.
Choroby kobiece	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Druskieniki, Iwonicz, Jaworze, Krynica, Lubień, Maryówka, Morszyn, Nałęczów, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec, Żegiestów.
Nerwice ogólne i przewlekłe choroby nerwowe z tłem anatomicznem	Bystra, Ciechocinek, Czarniecka Góra, Grodzisk, Jaśkowice, Jaworze, Kiselka, Kosów, Krynica, Lubień, Maryówka, Morszyn, Nałęczów, Nowe Miasto, Ojców, Otwock, Sławuta, Solec, Szczawnica, Truskawiec, Zakopane, Żegiestów.
Choroby kości, mięśni i stawów na tle reumatycznem i gruźliczem	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Krynica, Krzeszowice, Lubień, Morszyn, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Choroby przemiany materyi, jak otyłość, moczówka cukrowa, dna, i t. d.	Birsztany, Busko, Czarniecka Góra, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Ojców, Otwock, Rymanów, Solec, Szczawnica, Truskawiec, Żegestów.
Choroby krwi	Bystra Jaworze, Krynica, Morszyn, Nałęczów, Ojców, Sławuta, Szczawnica, Truskawiec, Wysowa, Zakopane, Żegiestów.
Zołzy — przymiot	Birsztany, Busko, Ciechocinek, Druskieniki, Iwonicz, Lubień, Morszyn, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Choroby skóry	Ciechocinek, Birsztany, Iwonicz, Lubień, Rabka, Rymanów, Solec, Swoszowice, Truskawiec.
Zatrucia morfinowe, wyskokowe, nikotynowe i rtęciowe	Grodzisk, Kiselka, Maryówka, Nowe Miasto, Solec, Swoszowice, Zakopane.

Wiadomości bieżące.

I. Zjazd internistów polskich zgromadził w dniu 19. b. m. około 200 uczestników ze wszystkich stron Polski i z zagranicy; wykładów zgłoszono przeszło 60. Zjazd zagaił w szczelnie wypełnionej sali kliniki lekarskiej prezes komitetu urządzającego, Prof. Jaworski; następnie witali Zjazd: imieniem rządu krajowy referent sanitarny r. dw. Dr. Merunowicz, imieniem kraju członek Wydziału krajowego Dr. Bernadzikowki, imieniem miasta prezydent Dr. Leo, imieniem Akademii Um. Prof. Cybulski, od Wydziału lekarskiego lwowskiego Prof. Gluziński, a krakowskiego dziekan Prof. Wachholz, od Wydziału lek. Towarzystwa przyjaciół nauk w Poznaniu Dr. Gantkowki, od Towarzystwa lek. warszawskiego Dr. Alfred Sokołowki, od Stowarzyszenia lekarzy polskich w Warszawie Dr. Rzętkowki, od Towarzystwa

lekarzy polskich w Kijowie Dr. Januszkiewicz, od lekarzó Polaków z Ameryki Dr. Szymaski, od Towarzystwa lekarzy galic. radca Dr. Opolski, od Towarzystwa lek. lwowskiego prezes Prof. Rencki, krakowskiego prezes Prof. Dobrowolski, radomskiego prezes Dr. Fidler, od Towarzystwa balneologicznego polskiego prezes Jan hr. Potocki, od Sekcyi pedyatrycznej w Łodzi Dr. Brudziński, od Komitetu międzynar. Zjazdów dla elektrologii i fizyoterapii Dr. Zanietowki, wreszcie imieniem prasy lekarskiej polskiej Dr. J. Zawadzki. Od Towarzystw lekarskich, redakcyi pism lekarskich i lekarzy polskich z różnych stron nadeszły pisma i telegramy powitalne. Prof. Jaworski wyraził imieniem komitetu Zjazdu podziękowanie za udział władzom i instytucyom, m. i. ministerstwu wojny i obrony krajowej, które zezwoliły na udział lekarzy wojskowych w Zjeździe. Prezesem Zjazdu obrany został Prof. Gluziński ze Lwowa, sekretarzami honorowymi Dr. Rzętkowski z Warszawy, Dr. Gantkowski z Poznania, Doc. Franke ze Lwowa i Doc. Latkowki z Krakowa. Obfity program Zjazdu, liczny udział uczestników, ożywione dyskusye pozwalają ten pierwszy Zjazd internistów polskich uważać za nader pomyślny zadatek dalszego Zjazdów tych rozwoju.

Przykład godny naśladowania dali nam lekarze zakładowi z Truskawca, wydając „Sprawozdanie sanitarne zakładu zdrojowo-kąpielowego za rok 1908“.

Sprawozdanie to napisane treściwie zawiera w siedmiu głównych punktach wszystko, co dla zdrojowiska i kuracyuszy zrobiono i co zrobić postanowiono.

Punkt I. zawiera daty statystyczne, a więc: frekwencyę z r. 1907, ilość mieszkań, spostrzeżenia ombrometryczne i meteorologiczne.

Punkt II. zajmuje się konferencyą lekarzy odbytą dnia 27 sierpia 1908 z inicyatywy Dra Jul. Borego. Uchwały te odnoszą się do źródeł do picia, do wód do kąpieli używanych i do łazienek, wreszcie do spraw ogólnych.

Punkt III. podaje wyniki rewizyi mieszkań dla kuracyuszy dokonanej we wrześniu 1908 r., przez specyalną komisyę, która wypracowała też bardzo korzystne i konieczne wnioski dla asanacyi Truskawca.

Punkt IV. zawiera Zarządzenia Starostwa wydane głównie w sprawie nowej trupiarni, pogrzebów, oględzin pośmiertnych i przenoszenia zwłok.

Punkt V. „Zmiany i prace około rozwoju zdrojowiska w roku 1908“. Najważniejszą zmianą była zmiana zarządu zdrojowiska, który objął we własne ręce obecny właściciel Truskawca hr. Żółtowski.

Z jednorocznej działalności mamy już prawo twierdzić, że zmiana ta stanowi nową nader korzystną erę w świetnym rozwoju zdrojowiska: 1) zbudowano nową drogę; 2) dokonano analiz chemicznych wody ze zdroju „Józi“ i borowin używanych w Truskawcu, które wykazały, że borowiny te okazują zdolność chłonienia znacznej ilości wody i wysoką zawartość żelaza.

W punkcie VI. podano urządzenia planowane na sezon 1909 — które dotyczą strony leczniczej zdrojowiska i wygody kuracyuszy, jeśli urządzenia te rzeczywiście zostały uskutecznione, to będziemy mieli uzasadnione nadzieje, że Truskawiec w krótkim czasie stanie w rzędzie pierwszorzędnych, nie już krajowych, nie polskich, ale światowych zdrojowisk.

Punkt wreszcie VII. omawia projekty i wnioski lekarzy zakładowych, które dotyczą tak strony leczniczej, jakoteż i ogólnej zdrojowiska, a więc omawiają leczenie terenowe, obostrzenie przepisów meldunkowych, domokrążtwo, rzeźnie i jatki, halę do płukania gardła itd. itd.

Jednem słowem radzimy szczerze wszystkim lekarzom zakładowym i wszystkim Zarządom w zdrojowiskach i uzdrowiskach, aby sprawozdanie to dokładnie przeglądnęli i biorąc z niego wzór i przykład i po obecnym sezonie 1909 zechcieli przedstawić również owoc swej pracy dla dobra przedewszystkiem własnego, dla dobra kraju i cierpiącej ludzkości, szukającej skwapliwie zdrowia w naszych zdrojowiskach. *J. F.*

W Krynicy bawiło ogółem od 15 maja do 21 lipca 1909 r. rodzin 2947, osób 4818.

W Truskawcu bawiło ogółem od 15 maja do 15 lipca 1909 r. rodzin 1609, osób 2288.

W Rymanowie bawiło ogółem od 20 maja do 20 lipca 1909 r. rodzin 750, osób 1753.

W Szczawnicy bawiło ogółem od 20 maja do 16 lipca 1909 r. rodzin 1120, osób 1664.

Redaktor odpowiedzialny:
Dr. Jan Frączkiewicz.